

**PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI LAMA BERCERAI ORANGTUA
PADA REMAJA AKHIR
SKRIPSI**



Diesta Febriani

1125163735

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

Diesta Febriani
Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau Lama Bercerai Orangtua pada Remaja Akhir
Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta, 2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi ditinjau lama bercerai orangtua pada remaja akhir.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur pola asuh adalah *Emotion Regulation Questionnaire* yang terdiri dari *Cognitive reappraisal* dan *Expressive suppression*.

Sampel penelitian ini berjumlah 70 orang dengan usia 18 tahun sampai 22 tahun. Metode statistik yang digunakan untuk menganalisis data penelitian ini adalah *One Way ANOVA* dengan bantuan aplikasi SPSS 22. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,742 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan regulasi emosi ditinjau lama bercerai orangtua pada remaja akhir.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Remaja, Keluarga Bercerai

Diesta Febriani

Differences in Emotion Regulation Seen from the Length of Parents' Divorce in Late
Adolescence

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education

State University of Jakarta, 2020

ABSTRACT

This study aimed to determine differences in emotion regulation seen from the length of parents' divorce in late adolescence.

This study used a quantitative method. The measuring instrument used to measure parenting style was the Emotion Regulation Questionnaire consisting of Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression.

The sample of this study was 70 people with an age range from 18 years old to 22 years old. The statistical method used to analyze the data of this study was One Way ANOVA with the help of the SPSS 22 application. The results showed a significance value (p) of 0.742 ($p > 0.05$). These results indicated that there was no difference in emotion regulation seen from the length of parents' divorce in late adolescence.

Keywords: Emotion Regulation, Adolescence, Divorced Family

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau Lama Bercerai Orangtua pada Remaja Akhir”

Nama Mahasiswa : Diesta Febriani
Nomor Registrasi : 11253735
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 12 Agustus 2020

Pembimbing I



Mira Ariyani, Ph.D
NIP.199206161992032038

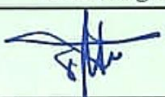
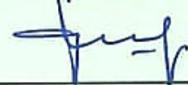


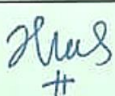
Pembimbing II



Erik, M.Si.
NIDN. 8844660018



Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		27/08/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Suparno Eko. W., S.Pd. MM (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Irma Rosalinda, M.Si (Anggota)****		21 Agustus 2020
Ernita Zakiah, M.Psi (Anggota)		21 Agustus 2020

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Diesta Febriani

NIM : 1125163735

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **"Perbedaan Regulasi Emosi
Ditinjau dari Lama Bercerai Orangtua pada Remaja Akhir"** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2020 sampai dengan bulan Agustus 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 04 Agustus 2020

Yang





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Diesta Febriani
NIM : 1125163735
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi
Alamat email : diestafebriani13@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

"PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI LAMA
BERCERAI ORANG TUA PADA REMAJA AKHIR".

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 4 September 2020

Penulis

(Diesta Febriani)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi kemudahan serta kelancaran kepada Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau dari Lama Bercerai Orangtua pada Remaja Akhir”.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Selain itu, skripsi ini merupakan sarana untuk mengimplementasikan kemampuan Penulis yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan.

Dalam kesempatan ini, Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan membimbing Penulis selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Tanpa mengurangi rasa hormat, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Bapak Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan III, yang telah memberikan kelancaran akademik kepada Penulis.
2. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar selaku Koordinator Program Studi Psikologi, yang telah memberikan dukungan moril kepada Penulis.
3. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Dosen Pembimbing satu atas segala motivasi, saran, dan arahan yang diberikan dengan penuh kesabaran selama proses penyelesaian skripsi ini. Terimakasih bu atas segala perhatian, kesabaran dan bimbingan selama peneliti menyusun skripsi ini.
4. Bapak Erik, M.Si selaku Dosen Pembimbing dua yang telah memberikan motivasi, saran, dan arahan selama proses penyelesaian skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama masa studi Penulis.
6. Segenap staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan kelancaran akademik kepada Penulis.
7. Bapak, Ibu dan adik-adik yang selalu memberikan dukungan dan doa tiada henti kepada Penulis.

8. Bapak Dr. Karnadi, M.Si yang selalu mendukung penulis dan memberikan arahan dalam pengerjaan skripsi sehingga membuat penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
9. Hanif Farhan Nugroho yang selalu menemani, memberikan dukungan dan mendengarkan segala cerita selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Rivitha Laras S, Nahda Fauzizah N, Monita Tri F, dan Nadira Putri C, teman yang selalu menemani penulis selama menjalani perkuliahan dan memberikan warna dalam kehidupan perkuliahan penulis.
11. Irfan Nurhadi, Yulianto Aji N, Khilda Muflihah, Lulu Saputri A, Hani Pratiwi, Neni N Utami, Ibnu Awwala, Siti Nurafiffah D, Eko Wibisono yang memberikan warna dalam kehidupan organisasi kampus.
12. Mella R, Woro N, Susi, Leni, Wahyuni yang sejak SMA selalu mendukung Penulis hingga sekarang.
13. Para responden yang telah bersedia dan membantu penulis dalam mendapatkan data sehingga menjadi sebuah skripsi.
14. Kelas F dan Psikologi Angkatan 2016.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga dalam penelitian dibutuhkan kritik dan saran yang membangun. Penulis berharap dengan dilakukannya penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umunya bagi pembaca.

Jakarta, 04 Agustus 2020

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI...	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ...	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	2
ABSTRACT	3
KATA PENGANTAR.....	5
DAFTAR ISI	9
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GRAFIK.....	13
DAFTAR GAMBAR	14
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.2. Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3. Pembatasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.4. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.5. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.6. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.6.1. Bagi Orangtua.....	Error! Bookmark not defined.
1.6.2. Bagi Remaja	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1. Regulasi Emosi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1. Definisi Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
2.1.2. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3. Proses Regulasi Emosi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.4. Strategi Regulasi Emosi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.5. Faktor-Faktor Memengaruhi Regulasi Emosi.....	Error! Bookmark not defined.
2.2. Remaja Akhir.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.1. Definisi Remaja Akhir.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Tahap Perkembangan pada Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
2.3. Keluarga Bercerai	Error! Bookmark not defined.
2.3.1. Definisi Keluarga Bercerai.....	Error! Bookmark not defined.

2.3.2.	Faktor-Faktor Penyebab Perceraian.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.3.	Dampak Perceraian pada Regulasi Emosi Remaja Laki-laki dan Perempuan	Error! Bookmark not defined.
2.3.4.	Dampak Perceraian Orang tua pada Remaja Berdasarkan Lama Bercerai.	Error! Bookmark not defined.
2.4.	Dinamika Perbedaan Regulasi Emosi Remaja dan Lama Bercerai	Error! Bookmark not defined.
2.5.	Kerangka Berpikir.....	Error! Bookmark not defined.
2.6.	Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
2.7.	Hasil Penelitian Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....		Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
3.1.	Tipe Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Identifikasi Variabel.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2.	Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.	Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1	Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.3.2	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.	Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.4.1.	Instrumen Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
3.5.	Uji Coba Instrumen	Error! Bookmark not defined.
3.5.1.	Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
3.6	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.1	Uji Statistik.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.2	Analisis Deskriptif	Error! Bookmark not defined.
3.6.3	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
3.6.4	Uji Homogenitas.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.5	Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.6	Hipotesis Statistik	Error! Bookmark not defined.
BAB IV.....		Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1.	Gambaran Responden	Error! Bookmark not defined.
4.1.1.	Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia	Error! Bookmark not defined.
4.1.2.	Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	Error! Bookmark not defined.

4.1.3. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Lama Bercerai	Error! Bookmark not defined.
4.1.4. Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Status Tempat Tinggal	Error! Bookmark not defined.
4.2. Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2.1. Persiapan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.3.1. Data Statistika Deskriptif Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
4.3.2. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
4.3.3. Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
4.3.4. Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
4.3.5. Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
4.4. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
4.5. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
5.1. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2. Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.3. Saran	Error! Bookmark not defined.
5.3.1. Saran Bagi Remaja	Error! Bookmark not defined.
5.3.2. Orang Tua	Error! Bookmark not defined.
5.3.3. Penelitian Selanjutnya	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skoring Skala Regulasi Emosi	34
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala Regulasi Emosi	34
Tabel 3.3. Kaidah Reliabilitas Guildford	36
Tabel 3.4. <i>Blueprint</i> Final Skala Regulasi Emosi	37
Tabel 4.1. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	40
Tabel 4.2. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 4.3. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bercerai	42
Tabel 4.4. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Tempat Tinggal	43
Tabel 4.5. Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi	46
Tabel 4.6. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi	47
Tabel 4.7. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Usia	48
Tabel 4.8. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 4.9. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Lama Bercerai	49
Tabel 4.10. Kategorisasi Skor Regulasi Emosi Berdasarkan Status Tempat Tinggal	50
Tabel 4.11. Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 4.12. Hasil Uji Homogenitas	52
Tabel 4.13. Hasil Uji Hipotesis	52
Tabel 4.14. Mean Anava Lama Bercerai	53
Tabel 4.15. Hasil <i>Post Hoc Test</i>	53

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	41
Grafik 4.2. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Grafik 4.3. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Berceraai	43
Grafik 4.4. Data Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Tempat Tinggal	44



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

27

Gambar 4.1 Kurva Distribusi Data Regulasi Emosi

47

